Даршана Упанишад

Джабала Дарсана Упанишад

Превод от П. Р. Рамачандер

Публикувано от celextel.org

Ом! Нека моите крайници и реч, Прана, очи, уши, жизненост
и всички сетива растат по сила.
Цялото съществуване е Брахман на Упанишадите.
Нека никога не отричам Брахман, нито Брахман отрича мен.
Нека няма никакво отричане:
Нека поне от мен няма отричане.
Нека добродетелите, провъзгласени в Упанишадите, бъдат в мен,
Който съм отдаден на Атман; нека те пребивават в мен.
Ом! Нека има мир в мен!
Нека има мир в моята среда!
Нека има мир в силите, които действат върху мен!

Бог Даттатрея е превъплъщението на четирирькия Вишну и той е владетелят на света. Санкрити е велик преданоотдаден и мъдрец, експерт по йога и ученик на Даттатрея. Той се обърнал към своя учител (Бог Даттатрея) със смирение и със скръстени ръце, когато учителят му останал сам и го помолил: „О, Боже, моля те, разкажи ми за науката йога, която има осем клона и пет различни стхани (места), като узная кои ще постигна спасение.“ Даттатрея му казал: „Хей, Санкрити, ще ти разкажа за йога, която има осем клона. Осемте клона са Яма, Нияма, Асана, Пранаяма, Пратяхара, Дхарана, Дхяна и Самадхи.

Яма, която е първата, е практиката на ненасилие, истина, непритежаване на собственост на други, безбрачие, милост, честност, търпение, стабилност, хранителна дисциплина и чистота. 1

Нияма са десетте аспекта на покаянието, радостта, ортодоксалността, благотворителността, поклонението над бога, слушането на философия, страхът от лоши действия, ясният интелект, песнопеенето и аскетизмите.“ 2

Деветте важни асани (седящи позиции) са Свастика (Свастика), Гомукха (кравешко лице), Падма (лотос), Вира (храбър), Симха (лъв), Бадра (безопасен), Мукта (свободен), Маюра (паун) и Сукха (приятен). О, мъдрецо, тази позиция, каквато и да е, но която те кара да се чувстваш удобно и ти дава смелост да се занимаваш с йога, се нарича Сукхасана. Хората, които нямат сила да заемат други позиции, могат да я използват. Победата в седналата позиция е като победа над трите свята. След като асаната е фиксирана, човек трябва да практикува Пранаяма. 3

Или на върха на планината, или на брега на реката, или под дърво Билва в гората, след като изберете чисто място, приемливо за ума, и след като сте определили място за тапас (Ашрам), седнете в Асаната, която е най-позната, обърната на изток или север. След това седнете с тяло, врат и глава в права линия, покрийте лицето и концентрирайте зрението си с възможно най-голямо внимание върху нектара, изтичащ от четвъртото състояние на луната като точка в края на носа. Вдишайте въздуха с помощта на белите дробове, съхранете го в стомаха, медитирайте върху пламъка на огъня вътре в тялото и след това преместете медитацията към корена на огъня с неговия звук и точка. След това интелигентният ще издиша и ще изтегли Прана, използвайки Пингала (Нади, която е кафява и е от дясната страна на Сушумна Нади) и ще медитира върху Агни Бхиджа. Отново трябва да издиша и вдиша отново по средата, използвайки Ида (Нади, която е приятна и е от лявата страна на Сушумна). Човек трябва да живее на тайно място, практикувайки това упражнение шест пъти в продължение на 3-4 дни или 3-4 седмици на разсъмване, обяд и здрач. Това би му помогнало да почисти Надите. Бавно ще започнат да се появяват символи. Тялото ще стане леко, огънят в стомаха ще гори добре и гласът ще стане по-ясен. Това са символите на Сиддхи (постигане на майсторство). Докато не видите това, трябва да практикувате. 4

Сега ще ви разкажа за Пратяхара. Да използваш сила и да отклоняваш сетивните органи, които обикновено се движат според природата си, е Пратяхара. Тези, които познават Брахма, казват, че виждането на всичко, което виждаме, като формата на Брахман, е Пратяхара. Пратяхара е също извършване на чисти или нечисти действия, принадлежащи на Брахман. Освен това, извършването на ежедневни религиозни дейности, след като ги посветим на Бог, и по подобен начин извършването на дейностите, които желаем, също е Пратяхара. Освен това, вдишването на въздух (кислород) и спирането му на различни места също е Пратяхара. Мъдрецът би седнал в Свастикасана, поел си дъх, докато се напълни от главата до петите, и би го задържал в двата крака, муладхара, стомаха, средата на сърцето, долната част на врата, челюстта, средата на клепачите, челото и в горната част на черепа. След това би трябвало да изостави убеждението, че тялото е самият той, и да превърне тази мисъл в нирвикалпа и да я слее с Параматма. Експертите по Веданта казват, че това е истинската Пратяхара. Няма нищо, което да не може да бъде постигнато от тези, които практикуват по този начин. 5

Сега ще ви разкажа за петте вида Дхарана (задържане стабилно - етап в медитацията - тук се опитваме да се задържим върху това, върху което медитираме, без да се колебаем). В небето, което е в средата на тялото, трябва да се направи Дхарана на небето отвън. По подобен начин в дишането трябва да се направи Дхарана на въздуха отвън. В огъня в стомаха трябва да се направи Дхарана на огъня отвън. В течните

аспекти на тялото трябва да се направи Дхарана на водата отвън. В земните аспекти на тялото трябва да се направи Дхарана на земята отвън. Мъдрецо, необходимо е също да се пеят мантрите панча бхута, а именно Хам, Ям, Рам, Вам и Лам. Казва се, че тази много велика Дхарана унищожава всички грехове. В тялото до коляното е аспектът на земята, оттам до бедрото е аспектът на водата, до сърцето е аспектът на огъня, до средата на клепачите е аспектът на въздуха и след това до средата на черепа е аспектът на небето. В аспекта на земята трябва да бъде поставен Брахма, във аспекта на водата - Вишну, в аспекта на огъня - Рудра, във аспекта на въздуха - Ишвара, а в аспекта на небето - Садашива. Хей, велики мъдрецо, ще ти разкажа и друга Дхарана. В Дживатма трябва да бъде поставен бог Шива, който управлява всичко и е олицетворение на мъдростта. За да се избави от всички грехове, мъдрецът трябва да потисне боговете като Брахма в причинното аз и да постави Авякта (това, което не е ясно), което е безформено и което е коренната причина, вътре в цялата душа с пеене на пранава. Той трябва да контролира сетивните органи чрез ума и да ги слее с душата. 6

Сега ще ти разкажа за Дхяна (медитация), която унищожава скръбта. Дхяна трябва да се прави на този Махешвара, който е лекарството за проблеми, произтичащи от раждането, който е дисциплината и фундаменталната основа на света, който е от формата на Пара Брахма, който има мъжката сила нагоре, който е от формата на света, който е Вирупакша и който е главата на всички йоги като „Аз съм Той“. След това продължете да правите Дхяна на този, който е отвъд обсега на медитацията, който е олицетворение на Сачитананда Брахман и който е душа в лицето като „Аз съм Той“ за постигане на спасение. В ума на този велик Пуруша, който практикува по този начин, науката Веданта би се появила автоматично. Няма съмнение в това. 7

Сега ще ви разкажа за Самадхи (дълбоко медитативно състояние), което унищожава злините на раждането и смъртта. Самадхи е състояние, в което има знание, че Дживатма и Параматма са едно. Атма (душата) е изпълнена навсякъде завинаги и няма движение или петно. Въпреки че е едно, поради ефектите на илюзията, тя се появява като различни обекти. Всъщност няма разлика между тези така наречени обекти. Когато човек види всички обекти в себе си и себе си като част от всички обекти, той постига Брахман. Когато човек се потопи в Самадхи и не вижда различните обекти като различни, тогава той постига единствената цел на спасението. Когато види само истинската душа и целият свят му се струва като илюзия и той се изцелява от всякаква скръб.

Така посъветван от Бог Даттатрея, мъдрецът Санкрити напълно загуби целия си страх и постигна това блажено състояние, дълбоко в себе си.

Ом! Нека моите крайници и реч, Прана, очи, уши, жизненост
и всички сетива растат по сила.
Цялото съществуване е Брахман на Упанишадите.
Нека никога не отричам Брахман, нито Брахман да отрича мен.
Нека няма никакво отричане:
Нека поне от мен няма отричане.
Нека добродетелите, провъзгласени в Упанишадите, бъдат в мен,
който съм отдаден на Атман; нека те пребивават в мен.

Ом! Нека има Мир в мен!
Нека има Мир в обкръжението ми!
Нека има Мир в силите, които действат върху мен!

Тук завършва Джабала Дарсанопанишада, включена в Сама-Веда.

Публикувано | Променено на28 юни 2018 г.

Ом

Онлайн книги
Аз
Бхагавад Гита
Брахма Сутра
Упанишади
Ригведа Упанишади
Сама Веда Упанишади
Шукла Яджур Веда Упанишади
Кришна Яджур Веда Упанишади
Атхарваведа Упанишади
Други Упанишади
Ведите
Ведически химни
Рамаянам
II
Ади Шанкара
Шри Рамакришна
Шри Сарада Деви
Свами Вивекананда
Рамана Махарши
Свами Рамдас
Канчи Маха Периява
Джиду Кришнамурти [JK]
Нисаргадата Махарадж
III
Статии и резюме
Уроци по Веданта
Книги на Веданта - Други
IV
Мантри и ритуали
Молитвени химни - Стотри
В
Карнатик Музика Критис
Морални истории
Истории и анекдоти
Нашите уебсайтове
Духовен магазин Celextel
Магазин за електронна музика Celextel

Духовна библиотека Vedanta
Библиотека Vedanta Shastras

„Това е същността на всяко поклонение – да бъдеш чист и да правиш добро на другите. Този, който вижда Шива в бедните, в слабите и в болните, наистина се покланя на Шива; и ако вижда Шива само в образа, неговото поклонение е само предварително. Този, който е служил и е помогнал на един беден човек, виждайки Шива в него, без да мисли за неговата каста, вероизповедание, раса или каквото и да било друго, с него Шива е по-доволен, отколкото с човека, който Го вижда само в храмове.“
Свами Вивекананда
Пълни съчинения на Свами Вивекананда - том 3

Търсени думи

Отказ от отговорност: Celextel създаде тази Веданта духовна библиотека с благородното намерение да направи тези индийски духовни съкровища достъпни за всички. Celextel полага абсолютна грижа за поддръжката на този уебсайт и Celextel не носи отговорност за каквито и да било грешки или неточности. Тези онлайн книги са само с информационна цел и не трябва да се тълкуват като предоставяне на професионални съвети по какъвто и да е начин. Читателите трябва да упражняват собствена преценка и да се позовават на оригиналния източник за всички практически цели.
Разпространението, публикуването и неразрешеното копиране на тези онлайн книги без предварително разрешение на съответните автори, издатели или преводачи са забранени.
Авторско право © 2002-2025 Celextel Enterprises Pvt. Ltd. Всички права запазени.
Тема за иновации от Cagintranet ** Задвижвано от GetSimple
RSS емисия на духовната библиотека на Веданта
XML карта на сайта на духовната библиотека на Веданта